

Sugerencias Para Ser un Padre Afectivo

Una de las cosas más importantes que usted puede hacer para prevenir el maltrato de menores es construir una relación positiva con sus propios niños.

Ayude a que sus hijos se sientan amados y seguros.

Todos podemos dar pasos para mejorar nuestra relación con nuestros hijos:

- * Asegúrese que sus hijos sepan que los ama, incluso cuando hagan algo malo.
- * Aliente a sus hijos. Felicite sus logros y sus talentos.
- * Pase tiempo con sus niños. Hagan cosas juntos que les gusten a todos.

Busque ayuda si lo necesita.

Los problemas tales como el desempleo un niño con necesidades especiales puede aumentar la tensión familiar. Ser padre es un trabajo desafiante por si mismo. Nadie espera que usted sepa hacerlo todo. Si usted sospecha que la tensión puede estar afectando la manera que usted trata a su hijo, o si usted solamente desea el apoyo adicional que todos los padres necesitan en algún momento u otro, intente lo siguiente:

- * **Hable con alguien.** Cuénteles a un amigo, proveedor de cuidado de salud, o a un líder en su comunidad de fe acerca de sus preocupaciones. O hágase miembro de un grupo de auto ayuda para los padres. (Vea Circle of Parents and Parents Anonymous® Inc. en el Directorio de Recursos, pagina 59, para localizar a un grupo cerca de usted.)
- * **Busque consejería.** La consejería individual o de familia puede ayudarle a aprender maneras sanas para comunicarse uno a otro.
- * **Tome una clase de como ser padre.** Nadie nació sabiendo como ser un buen padre. Las clases de como ser un buen padre le pueden dar las habilidades que necesita para criar a un niño feliz y saludable.
- * **Acepte ayuda.** No lo tiene que hacer todo. Acepte ofertas de ayuda de amigos, familia, o vecinos. Y no tenga miedo de pedir ayuda si lo necesita.

Trate la tensión matrimonial.

Los niños logran más cuando son criados por padres en un matrimonio estable y saludable. Investigaciones han encontrado que las parejas exitosas no tienen menos diferencias o menos discusiones, pero son capaces de manejar efectivamente sus diferencias o desacuerdos. Si usted encuentra tensión en su matrimonio, busque los apoyos que necesite para ayudarle a resolverlo.

